CAROLE GARNIER

Préface de Jean-Luc Charles, chef de cuisine

PÂTISSERIES INRATABLES

Inclus : des QR codes avec des vidéos et des conseils inédits

100 recettes mythiques pour ébouriffer vos papilles et en mettre plein la vue



PÂTISSERIES INRATABLES

Choux, éclair, Saint-Honoré... pour quel douceur allez-vous craquer ? Pas besoin de vous déplacer chez le pâtissier, aujourd'hui c'est vous qui mettez la main à la pâte !

À découvrir :

- **Les ustensiles indispensables :** thermomètre, poche à douille, tapis de cuisson, robot…
- **Comment choisir ses ingrédients :** quelle farine privilégier ? beurre doux ou demi-sel ? semoule ou cristal : quel sucre pour un caramel ?
- **Les trucs et astuces du chef :** réussir un glaçage, faire cuire à blanc une tarte, monter une chantilly, garnir une tarte aux fruits…
- **Et bien sûr, 100 recettes mythiques :** crème pâtissière, crème anglaise, cannelés, cigarettes russes, tarte au citron meringuée, baba au rhum, religieuses…

***Inclus :** des QR codes tout au long du livre vers des vidéos et des conseils inédits pour maîtriser les techniques les plus pointues ! Par exemple, comment faire une ganache :*





un supplément viennoiserie à télécharger p. 255 !

LES PLUS GRANDS CLASSIQUES À PORTÉE DE LA MAIN !

Carole Garnier est journaliste santé et l'auteur de nombreux livres à succès dont *Agar-agar, la nouvelle arme antikilos* ou encore *Mes petites recettes magiques sans gluten (et sans lactose).*
Préface de **Jean-Luc Charles**, chef de cuisine et formateur à L'Atelier des sens.

ISBN 978-2-84899-666-0



6 euros
Prix TTC France

design : bernard amiard
RAYON LIBRAIRIE : CUISINE



Du même auteur, aux éditions Quotidien Malin

Recettes inratables au chocolat, avec Anne Dufour, 2013.
Recettes new-yorkaises inratables, avec Anne Dufour, 2013.
Mes petites recettes magiques régressives, avec Anne Dufour, 2012.
Mes petits desserts magiques sans gluten, 2012.
Mes petites recettes magiques aux superfruits, avec Anne Dufour, 2012.

Découvrez la bibliographie complète de l'auteur :
http://www.editionsleduc.com/carole-garnier

Maquette : Sébastienne Ocampo
Illustrations : Corine Delétraz (p. 55, 56, 67-69),
Élise Bonhomme (p. 37, 38, 53, 86) et Fotolia

17, rue du Regard
75006 Paris – France
E-mail : info@editionsleduc.com
ISBN : 978-2-84899-666-0

CAROLE GARNIER

PÂTISSERIES
INRATABLES





« La pâtisserie et l'amour, c'est pareil – une question de fraîcheur et que tous les ingrédients, même les plus amers, tournent au délice. »

Christian Bobin,
auteur

« Faire un gâteau, c'est un jeu d'enfant et un plaisir d'adulte. »

Craig Claiborne,
critique américain de restaurants,
auteur et journaliste culinaire

Sommaire

Mode d'emploi des QR codes

Tout au long de cet ouvrage, vous retrouverez des QR codes vous permettant d'accéder à la vidéo d'une technique ou à une photo de recettes.

Comment lire un QR Code ?

Il vous faut :

- un téléphone mobile type smartphone ;
- un accès à Internet depuis votre téléphone mobile ;
- une application vous permettant de lire les QR Codes.

Comment télécharger et utiliser cette application ?

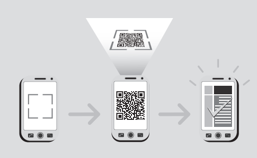
Étape 1

Ouvrez Internet sur votre téléphone puis allez sur votre magasin d'applications mobiles (App Store, Android market, etc.) ou sur les sites suivants (liste indicative) :

- www.mobiletag.com
- www.stickybits.com
- www.i0nigma.com

Étape 2

Lancez l'application et visez un QR code avec l'appareil photo de votre téléphone mobile. L'application reconnaît automatiquement le QR code et vous permet de voir son contenu sur votre écran de téléphone.



Préface de Jean-Luc Charles

Que d'engouement aujourd'hui pour la cuisine ! Jamais tant d'individus, toutes générations confondues, ne s'y sont intéressés. Je donne chaque jour des cours de cuisine : quel plaisir de faire partager cette passion ! Ce que les gens croyaient au départ compliqué, voire inaccessible, devient réalisable, y compris la pâtisserie. Lorsque j'enseigne, j'insiste sur le fait qu'il n'y a pas une mais des recettes, comme il n'y a pas une vérité mais des vérités. Beaucoup de personnes sont perdues devant la multitude de variantes qu'il est possible de trouver pour le même gâteau. En pâtisserie, il faut opter pour de bonnes recettes de base, les tester, en essayer d'autres, puis faire son choix et finir par trouver sa propre recette.

J'ai toujours donné une place importante au dessert, d'une part parce que le sucre équilibre un repas, et d'autre part parce que le dessert clôt ce moment et que l'on reste psychologiquement sur cette note : avec un bon dessert, l'impression globale est bonne. Cependant, il n'est pas nécessaire d'en faire trop pour qu'un dessert soit bon. C'est pour cela qu'un livre comme celui-ci est intéressant : il renferme des recettes simples et efficaces, et je crois qu'aujourd'hui beaucoup de clients aimeraient trouver ce type de desserts au restaurant.

Pour cuisiner, il est indispensable de disposer de quelques éléments. Quelques bons accessoires bien sûr (et encore, pas tant que cela), mais aussi une compilation des meilleures recettes de la pâtisserie, qu'elles viennent d'une grand-mère, d'une amie ou d'un chef. Dans cet ouvrage, Carole a sélectionné – et simplifié

– les plus grands classiques, ceux que l'on connaît tous sans forcément avoir essayé de les réaliser soi-même. Et surtout, elle vous donne plein d'astuces qui vous aideront à réaliser ces délices sucrées sans ratage.

Il est vrai qu'avec le temps et la maîtrise des différentes techniques et procédés, on parvient à réaliser de véritables joyaux de goût et de beauté. Mais les meilleurs desserts ne sont-ils pas souvent les plus simples ? C'est pourquoi une connaissance des recettes de base est indispensable et c'est ce que vous propose Carole : un voyage au cœur de la gourmandise avec des préparations goûteuses et accessibles.

Ce que j'aime aussi dans ce livre, c'est qu'il montre qu'il n'est pas nécessaire de posséder un matériel incroyable pour réussir. C'est la même chose en ce qui concerne la technologie : regardez le nombre de personnes qui possèdent des smartphones hyperperformants, et qui, au final, utilisent à peine 40 % de leurs capacités. En pâtisserie, il faut bien sûr quelques ustensiles essentiels, mais pas besoin de gadgets. Carole vous explique tout cela. Un dernier conseil ? Avant de vous lancer, ne pensez pas au temps que vous prendra une recette. Pensez plutôt au plaisir que vous apporterez autour de vous, et ça, ça ne se mesure pas. Alors lisez bien ce petit livre gourmand qui ne quittera plus votre cuisine, à vos casseroles, et… soyez gourmands !

Jean-Luc Charles
Chef de cuisine et formateur à L'Atelier des Sens à Paris

Introduction

« *Et en dessert, ça sera tarte au citron. Maison !* » À coup sûr, ce type d'affirmation met tout le monde d'accord, et il n'y a rien de plus réjouissant que de voir les visages enthousiastes, ébahis ou surpris de vos amis quand vous leur servez un gâteau sorti tout droit de vos fourneaux. « *Quoi, c'est toi qui as fait ça ?* », « *Non, arrête, tu l'as acheté ?* », « *Même la pâte, c'est toi ?* »

À l'heure où tout semble passer par les mains (plus ou moins propres) de l'industrie agroalimentaire, où nous courons après le temps, faire un gâteau maison peut relever du challenge. Mais si vous tenez ce livre entre vos mains, c'est bien que, pour vous, il s'agit plutôt d'un plaisir, d'un rendez-vous incontournable du week-end ou encore d'un moment privilégié de création, les mains dans le sucre, le beurre et la farine.

Chez vous, les desserts se suivent et ne se ressemblent pas. Vous avez vos recettes fétiches, votre gâteau au chocolat incomparable, le quatre-quarts mythique de votre grand-mère, votre clafoutis « qui-n'a-le-goût-d'aucun-autre », mais vous aimez aussi innover. Quelques zestes d'agrumes par-ci, un peu de poudre d'amandes au lieu de noisettes par-là… À moins qu'il ne s'agisse d'un jour où vous décidez de tenter de recopier ce fabuleux dessert goûté dans un salon de thé ou repéré chez un pâtissier : religieuses à la violette, Saint-Honoré à l'amande, mille-feuille aux framboises fraîches, tarte au citron déstructurée…

La saga des pâtisseries

Mais au fait, depuis quand l'Homme se régale-t-il de tartes et autres gâteaux ? Avec leurs textures aériennes et leurs saveurs qui font envoler nos papilles à des milliers de kilomètres, nos pâtisseries actuelles sont aujourd'hui bien loin de leurs ancêtres, il y a de ça quelque 6 ou 8 000 ans. De simples galettes à base de farine et de miel, cuites sous la cendre ou sur des pierres chauffées à blanc. Dans l'Antiquité, ces préparations sont d'ailleurs essentiellement réservées aux offrandes dans les temples. Cette époque voit aussi l'apparition des beignets, du pain d'épices et des fruits confits (dans le miel). Au Moyen Âge, l'organisation des artisans en corporations permet de distinguer plusieurs corps de métiers : les talmeliers, qui fabriquent le pain, les pasticiers-haschiers, qui confectionnent des pâtés, garnis de viande ou de fruits, et les oblayers, qui vendent des « oublies », ancêtres des gaufres, et d'autres petits gâteaux. Le sucre de canne, rapporté par les Croisés, fait son apparition en Europe. Rare et cher, il est réservé aux nobles et sert aussi de monnaie d'échange… ou de médicament. Même après son arrivée des Amériques, il reste un ingrédient de luxe, que seules les élites peuvent s'offrir.

Il faut attendre la Renaissance pour qu'apparaisse l'art de confectionner des douceurs. Catherine de Médicis arrive d'Italie pour épouser le futur Henri II, et avec elle les traditions culinaires italiennes : pâte à choux, glaces, biscuits à la cuillère, génoises, pâte d'amandes, macarons… À la même époque, Nostradamus écrit son traité sur les confitures, et Rabelais décrit dans *Pantagruel* les desserts « offerts par les Gastrolâtres à leur Dieu Ventripotent ». En 1552, on connaît donc les tourtes, les œufs à la neige, les beignets, les gâteaux feuilletés, les gaufres, les crêpes, les tartes, les dragées…

Le « dessert », au sens où nous le connaissons aujourd'hui, prend ses quartiers à cette époque. Les classes aisées montrent alors



leur richesse en offrant à leurs hôtes un moment de pur plaisir, une fois la table « desservie », et en continuant à manger une fois la faim assouvie. Pâtisseries, crèmes, pâtes de fruits, confitures, glaces (à base de neige aromatisée) se côtoient alors sur la table, en compagnie de fromages et de fruits.

Des recettes en perpétuelle évolution

Le XVIIe siècle voit l'apparition de la brioche, du kouglof et de la crème Chantilly. Le chocolat arrive d'Espagne en même temps qu'Anne d'Autriche, épouse de Louis XIII. On le déguste alors sous forme de boissons, jusqu'à ce que le chef cuisinier François Massialot, à qui on doit, entre autres, la crème brûlée, décide d'utiliser le cacao en poudre en cuisine. C'est la révélation, l'engouement, l'exaltation… qui ne cessera jamais plus.

Les ouvertures de pâtisseries se multiplient après la Révolution : nombre d' « officiers de bouche » travaillant pour la noblesse se retrouvent alors sans emploi et créent leurs propres commerces. Le sucre de betterave fait sa grande apparition et au XIXe siècle les créations sucrées explosent : éclairs, mille-feuilles, Saint-Honoré, religieuses, bûches de Noël… Le pâtissier Antonin Carême réalise des pièces montées majestueuses, qu'il dessine à la façon d'un architecte et agrémente parfois de bougies feux d'artifice. Les gâteaux se décorent à la glace royale, les petits fours se dégustent à l'heure du thé, les cakes s'emportent en pique-niques champêtres.

Dans les années 1970, la « nouvelle cuisine » amorce un tournant vers une pâtisserie plus légère, à base d'entremets, de biscuits Joconde ou de dacquoises, surmontés de mousses de fruits ou de bavarois.

Aujourd'hui, grâce à un matériel sophistiqué et des ingrédients permettant les plus folles audaces, les grands classiques des siècles passés côtoient les recettes les plus inventives. Oui mais… Comment faire pour obtenir ces choux joufflus ? Ce mille-feuille à la pâte fine et incroyablement croustillante ? Cette meringue croquante d'un blanc immaculé ? Cette génoise moelleuse ? Si vous vous posez toutes ces questions, vous avez bien fait de choisir ce livre. Il rassemble les incontournables de la pâtisserie française, mais surtout toutes les astuces et les tours de main pour réussir vos préparations. En cuisine !

Au fil de ce livre, vous trouverez des mots composés en italique et suivis d'un astérisque. Pour en connaître la définition, reportez-vous au glossaire (p. 243).

PARTIE 1

PÂTISSERIES INRATABLES, MODE D'EMPLOI



Bien choisir ses ingrédients

Mordre dans un éclair au chocolat noir corsé, déguster une forêt-noire habillée d'une aérienne crème Chantilly, croquer dans un kouign-amann au bon goût de beurre salé… De bonnes pâtisseries nécessitent des ingrédients soigneusement sélectionnés.

Arômes : pour jouer avec les saveurs

À quoi ils servent ?



Attention aux yeux (ou plutôt aux papilles), la liste des arômes s'allonge sans fin ! Fruits (banane, fraise, framboise, figue…), fruits secs (pistache, noix…), herbes (basilic, citronnelle…), fleurs (violette, hibiscus…), chocolat, café, et même caramel, pain d'épices, tiramisu, tarte au citron ou beurre… en quelques gouttes d'arômes, une recette se transforme radicalement.

Ce qu'il faut savoir

Obtenus par distillation, extraction ou synthèse, ils parfument les crèmes, les pâtes à gâteaux… Côté santé, il existe des arômes naturels bio, le must. Mais pour des arômes type « tarte aux poires », « barbe à Papa » ou « pomme d'amour », pas d'autres solutions que la synthèse…

Ne confondez pas les « arômes » et les « extraits » (comme c'est le cas pour la vanille, p. 30) ou encore les « hydrolats ». En pâtisserie, on peut utiliser ces eaux florales (principalement de fleur d'oranger et de rose) pour parfumer des crèmes, mais il faut faire attention à leur apport en eau qui peut liquéfier les préparations.

Beurre : doux ou demi-sel ?

À quoi il sert ?



Indispensable au moelleux et à la souplesse de vos gâteaux et pâtisseries, il influe aussi sur le goût des biscuits, des pâtes brisées, feuilletées et sablées, du feuilletage… Isolant, il crée une couche de protection sur les pâtes une fois cuites. Enfin, il leur donne une couleur blonde et gourmande après cuisson, grâce au brunissement de son lactose et de ses protéines. Selon vos goûts, vous pouvez utiliser du beurre demi-sel ou du beurre doux, mais surtout, ni beurre allégé, ni margarine végétale, le résultat ne serait pas le même.

Le beurre salé contient au moins 3 % de sel, il est utilisé notamment pour la préparation du kouign-amann.

Le beurre demi-sel renferme entre 0,5 et 3 % de sel, il peut être utilisé pour les pâtes en général.

Le beurre extra-fin, obtenu avec une crème pasteurisée n'ayant été ni surgelée ni congelée est idéal en pâtisserie.

Le beurre dit « sec » contient une quantité importante d'acides gras saturés, il est plus dur à température ambiante et son point de fusion est élevé (32 °C). Il s'agit des beurres d'hiver, des beurres des Charentes ou d'Échiré. Il convient bien aux pâtes feuilletées.

Astuces de pro

- ✓ Si vous faites fondre du beurre, mettez-le au bain-marie, ou dans une casserole sur feu très doux, toujours en surveillant attentivement pour qu'il ne noircisse pas.
- ✓ Vous venez de sortir votre beurre du réfrigérateur et il est trop dur pour être travaillé ? Mettez-le 5 à 10 secondes au micro-ondes à 600 W, ou bien « épluchez-le » au couteau économe : ces copeaux s'assoupliront plus vite. Vous pouvez aussi le râper.

Chocolat, le séducteur



À quoi il sert ?

Comment ça, à quoi il sert ? Cette majesté des desserts n'a pas son égal pour ensorceler des crèmes pâtissières ou anglaises, préparer des coulis, des nappages, des ganaches, des mousses ou encore être râpé en copeaux pour le décor…

Hormis le chocolat sous forme de tablette, il existe aussi :

- ✓ *Des pépites de chocolat.* En forme de lentilles plates d'un côté, elles sont destinées aux biscuits, aux décors de gâteaux ou à consteller des mousses.
- ✓ *Des « pistoles ».* Ces petits galets de chocolat fondent de façon rapide et homogène. Elles sont idéales pour faire des moulages, une fondue au chocolat, tremper des préparations à enrober, réaliser des décors…
- ✓ *Du chocolat râpé,* vendu en boîte comme la poudre de cacao amer. Il s'utilise pour préparer des chocolats chauds, mais on peut aussi s'en servir pour saupoudrer des gâteaux.

Astuces de pro

En magasins, vous trouverez des tablettes de chocolat « à dessert » ou « pâtissier », spécialement étudiées pour la pâtisserie, en versions noir, au lait, blanc, praliné, ou encore au café. Leur teneur en beurre de cacao rend facile leur fonte, leur cuisson… Vous pouvez aussi prendre un chocolat à teneur élevée en cacao (70 % et plus) pour une recette plus riche en goût. Dans ce cas, cassez-le en petits dés et surveillez bien sa fonte.

Crème : fleurette, liquide ou fraîche ?

À quoi elle sert ?

À préparer des ganaches, des crèmes fouettées, des chantillys, alléger la crème mousseline…

Astuces de pro

✓ *La crème fleurette* se conserve toujours au frais. Il s'agit d'une crème liquide entière (30 % de matières grasses), pasteurisée (et non stérilisée ou UHT), qui se conserve donc moins longtemps que les autres crèmes.

Pour quoi faire ? Les ganaches, la crème fouettée ou la chantilly.

✓ *La crème liquide entière (stérilisée et UHT)* contient également 30 % de matières grasses et se reconnaît à son bouchon rouge. Elle est vendue en petites bouteilles ou en briques. La crème stérilisée l'a été à 115 °C pendant 15 minutes environ, l'UHT a été portée à Ultra Haute Température (150 °C) mais

pendant seulement 2 minutes environ. Elle se conserve à température ambiante (sauf après ouverture).

Pour quoi faire ? *Appareil** de tartes, sauces… chantilly et crèmes fouettées.

✓ *La crème fraîche épaisse* est vendue au rayon frais en pots ou en doypacks (sachets souples). Pasteurisée, elle a un goût plus acide. Épaisse au sortir du pot, elle se liquéfie à la cuisson (sauces, potages…)

Pour quoi faire ? Pas grand-chose en pâtisserie. Servez-la avec des fraises et du sucre !

Colorants : pour en voir de toutes les couleurs

À quoi ils servent ?

À colorer les crèmes (pâtissières, au beurre…), les glaçages, les pâtes à gâteaux…

Astuces de pro

En grandes surfaces, on les trouve sous forme liquide, en petits flacons souples, et de trois couleurs (rouge, vert, jaune) à utiliser éventuellement en mélanges.

En épiceries fines et en magasins spécialisés, vous pourrez en revanche acheter une foule de petits pots et flacons déclinant toute la palette de l'arc-en-ciel et plus encore.

✓ *Les colorants en poudres « naturels »* (utilisant des composés colorants comme le curcuma, la betterave) ont l'avantage



d'être « naturels » mais le résultat est souvent décevant à cause d'une couleur insuffisamment prononcée. Et si on force la dose, cela peut être problématique dans les recettes où la proportion de matière sèche par rapport aux ingrédients humides est cruciale, comme les macarons par exemple. Réservez-les à la coloration du chocolat blanc ou de crèmes.

✓ *Les colorants professionnels concentrés* sont chimiques, mais ont l'avantage d'être ultra-efficaces dès la première goutte ou pointe de couteau. D'ailleurs, attention à ne pas avoir la main trop lourde ! Une pointe de couteau suffit pour teinter 1 litre de préparation (sucre tiré, soufflé, coulé, macarons, gâteaux, crèmes…).

✓ *Les colorants en pâte,* très concentrés, s'utilisent pour teinter des préparations à base de sucre (pâte à sucre, glace royale, sucre cuit), de la pâte d'amandes, des crèmes au beurre… Contrairement aux colorants liquides, ils n'humidifient pas les préparations.

Farine : plus elle est fine, plus les brioches sont aériennes

À quoi elle sert ?

Elle donne leur texture aux gâteaux et aux pâtes, permet l'obtention de jolies bulles dans les mies des brioches grâce à la présence de gluten, empêche la pâte de coller au rouleau à pâtisserie, au plan de travail, ou encore dans une tourtière en métal ou dans un plat en Pyrex…

Astuces de pro

✓ Pour des pâtisseries fines et des textures légères, des brioches bien aériennes et moelleuses, il vous faut une farine la plus raffinée possible, c'est-à-dire très blanche, de type 45. Plus une farine est raffinée et moins elle contient de minéraux, de fibres et d'éléments nutritionnels intéressants. Mais aussi, plus la recette est légère et digeste.

✓ Vous pouvez en remplacer une partie par de la poudre d'amandes ou de noisettes, pour donner à votre gâteau une texture plus légère en bouche et plus moelleuse (génoises par exemple).

✓ Vous pouvez remplacer une petite partie de la farine de blé par d'autres farines, sachant qu'il faudra modifier légèrement la recette, en ajoutant un peu plus de levure ou d'éléments liquides (eau, lait, œufs…). Par exemple :
  - *La farine de riz* vous permettra d'obtenir une recette sans gluten.
  - *La farine complète et la farine d'épeautre* donnent une recette au goût plus rustique (et augmentent la teneur en minéraux). Elles conviennent bien aux pâtes à tartes, surtout aux fruits.
  - *La farine de châtaigne* apporte une petite note sucrée.
  - *Et aussi :* les farines de sarrasin, de quinoa, d'amaranthe, de millet, de maïs…

Fécules : plus légères que la farine

À quoi elles servent ?

À donner une texture ultra-légère aux génoises, aux biscuits de Savoie… ou à des recettes à base de lait. Dépourvues de goût (et de gluten), elles peuvent remplacer en totalité la farine dans

les flans et les crèmes, mais dès qu'une structure est recherchée (génoise, gâteau de Savoie…), il faut leur ajouter de la farine (qui contient des protéines, alors que les fécules ne contiennent que de l'amidon) sinon le gâteau ne tient pas. On trouve :

- ✓ *La fécule de pomme de terre.*
- ✓ *La fécule ou amidon de maïs* (que l'on désigne le plus souvent par le nom de la marque la plus connue, « Maïzena® », mais aussi « fleur de maïs » ou « fine de maïs »). Attention à ne pas confondre la fécule de maïs, fine poudre blanche, avec la farine de maïs, jaune.
- ✓ *Et aussi la crème de riz* (cette dernière étant précuite), l'arrow-root…

Astuces de pro

- ✓ La fécule cuit plus vite que la farine : attention quand vous préparez une crème pâtissière.
- ✓ Saupoudrés sur des fonds de tarte aux fruits (aqueux, types abricots, pêches, prunes…), fécules et tapioca en grains permettront d'absorber l'eau rendue. La pâte ne sera pas détrempée et cuira plus vite.
- ✓ La Maïzena® et la fécule de pomme de terre s'utilisent indifféremment, en revanche, ne les remplacez pas par de la crème de riz ou de l'arrow-root. Ces dernières nécessitent un dosage et une préparation plus spécifiques.

Fondant : le gloss des gâteaux

À quoi il sert ?

C'est avec lui que l'on glace choux, éclairs, mille-feuilles… Mélange de sucre, d'eau et de glucose, il s'achète tout prêt en

magasins spécialisés. Selon les besoins, il peut se colorer, s'aromatiser… N'hésitez pas à en acheter, il se garde longtemps sans s'altérer.

Astuces de pro

Pour l'utiliser, il suffit de le faire réchauffer sur feu doux, seul ou avec une goutte d'eau. Quand il atteint une texture nappante et une température de 35 °C, il est prêt. Ne le chauffez pas au-delà de 37 °C pour préserver son brillant.

Glucose : pour des caramels infaillibles

À quoi il sert ?

Le glucose est un glucide pur obtenu à partir d'amidon de maïs ou de fécule de pomme de terre. Il se présente sous la forme d'un sirop épais et incolore, visqueux, ou en poudre (on parle alors de glucose atomisé). Au froid, il a la propriété d'abaisser le point de congélation et il s'utilise donc dans les glaces pour en stabiliser et en améliorer la texture.

Astuces de pro

Il sert à éviter la cristallisation du sucre en pâtisserie (macarons, cakes, madeleines, nougatine) ainsi qu'en confiserie (bonbons, caramels mous, pâtes de fruits, gommes et guimauves). Ajouter du glucose dans du caramel évite qu'il s'humidifie et se détrempe. Il préserve du dessèchement les fondants, la pâte d'amandes et les fruits confits.

PETITE RECETTE INRATABLE DE PRO

On peut utiliser le glucose pour faire des tuiles, en l'étalant directement sur une feuille en silicone à placer au four.

Lait : entier, c'est meilleur

À quoi il sert ?

Entier, il donne de l'onctuosité et de l'épaisseur aux crèmes anglaises, pâtissières, aux flans pâtissiers…
Sa matière grasse sert de support aux saveurs, et il apporte aussi du moelleux grâce à ses protéines gélifiantes (entre 70 et 85 °C) et émulsifiantes. Une fois réfrigérée après cuisson, la préparation épaissit encore, car ses matières grasses « figent ». Enfin, il procure une jolie couleur quand il est badigeonné sur des biscuits (c'est le lactose qui brunit sous l'effet de la chaleur).

Astuces de pro

- ✓ Toutes les recettes peuvent se réaliser avec du lait demi-écrémé mais mieux vaut le lait entier, davantage porteur d'arômes et plus texturant.
- ✓ Vous pouvez le remplacer par du lait végétal (de soja, de riz, d'amande…), mais le résultat final sera différent en bouche, évidemment.
- ✓ Le lait en poudre possède certains atouts : il évite les grumeaux (pâte à crêpes…), donne de la texture et de la fermeté (clafoutis, flans), ralentit la perte d'eau (gâteaux, viennoiseries), apporte un côté friable et sablé aux biscuits…

Levures chimiques et de boulanger : elles sont gonflées !

À quoi elles servent ?

À base de différents acides, de bicarbonate et d'amidon, *la levure chimique* fait lever les pâtes. Au contact des éléments liquides d'une recette (œufs, lait, beurre…) et sous l'action de la chaleur, ses composants réagissent et produisent du gaz carbonique. Elle s'utilise dans les madeleines, les cakes, la pâte à beignets…, auxquels elle donne une texture plus aérée.

La *levure* « *de boulanger* » contient des organismes vivants. Le dégagement de gaz carbonique se fait après le pétrissage, pendant la pousse. Elle s'utilise dans les brioches, le pain, la pâte à pizza, les viennoiseries… On la trouve sous trois formes :

- ✓ *Fraîche*, pressée, elle est vendue sous forme de cubes de 42 g ou en vrac chez le boulanger, et se conserve au réfrigérateur. Très friable, il faut la délayer dans un peu de liquide tiède (25 °C) avant de l'incorporer à la farine.
- ✓ *Déshydratée*, ou « levure sèche active », elle se présente sous forme de minuscules billes vendues en sachets individuels, et doit aussi être délayée dans un liquide tiède (25 °C), en sachets aux rayons « aides à la pâtisserie » en grande surface.
- ✓ *Lyophilisée*, ou « levure sèche instantanée », elle se présente sous forme de fines paillettes vendues en sachets individuels. Elle se mélange directement à la farine à sec.

Astuces de pro

Levure chimique

- ✓ La levure chimique doit toujours être mélangée au préalable avec la farine, voire tamisée avec elle, de façon à être bien répartie.

- ✓ Une fois la pâte réalisée (et donc, la levure en contact avec les éléments liquides), elle ne doit pas patienter. Direction « four » immédiatement.
- ✓ Respectez les dosages. Trop, c'est trop.
- ✓ Il existe des levures sans gluten (la majorité des levures habituelles contiennent du gluten). Cherchez la mention spécifique si vous êtes intolérant.

Levure de boulanger

- ✓ La levure fraîche ne doit pas être en contact direct avec du sel, ni être délayée dans une eau trop chaude : ses ferments seraient « tués » ou largement désactivés.
- ✓ Attention à la date de péremption : contrairement à la levure chimique encore opérationnelle de longs mois après la date indiquée sur le paquet, la levure en sachets ne va pas plus loin.
- ✓ Là encore, respectez les dosages : trop de levure donne un goût aigrelet à la pâte.

Œufs : l'effet boule de neige



À quoi ils servent ?

À lier, à rapprocher, à « faire tenir » ainsi qu'à « faire mousser » une préparation. Leurs propriétés sont principalement dues à leurs protéines (dans le blanc) et à leurs graisses (dans le jaune). Le blanc solidifie, le jaune assouplit.

Attention ! Une recette cuite peut tolérer des œufs d'environ 1 mois (vérifiez la fraîcheur quand même), mais une recette crue, non. Ainsi, par mesure de précaution, pour les mousses

par exemple, les œufs doivent impérativement être extra-frais (1 semaine maximum).

Astuces de pro

- ✓ Dans certaines recettes, le poids des œufs joue un rôle très important dans la consistance de la pâte. En fonction de leur taille, le ratio « ingrédients secs/ingrédients humides » peut varier et faire rater votre préparation. Si certaines recettes exigent de peser des œufs, faites-le. Pour plus de facilité, battez légèrement vos œufs, qu'ils soient entiers ou déjà séparés en blancs ou en jaunes. Plus lisses, ils seront aussi plus fluides et se pèseront plus facilement au gramme près.
- ✓ Les œufs ne doivent pas être trop froids. Sortez-les une ou deux heures avant de commencer votre recette. L'exception : pour les blancs en neige, plus vos œufs seront froids, plus ce sera rapide.
- ✓ Observez le premier chiffre de la série de lettres et de chiffres apposés sur la coquille : il indique le type d'élevage. Le « 0 » (bio) et le « 1 » (élevage en plein air) sont préférables. Le « 2 » désigne des poules de batterie mais élevées au sol et le « 3 », des animaux en cage. Non merci.
- ✓ Ne lavez jamais la coquille des œufs après achat, vous retireriez un film protecteur invisible. Si vous le faites, procédez à ce lavage juste avant de les utiliser. Vous découvrez un œuf fêlé ou cassé dans la boîte ? Hélas, il est fragilisé, donc susceptible d'être contaminé par des bactéries. Jetez-le, vous ignorez depuis combien de temps. Vous fêlez un œuf ? Si vous ne l'utilisez pas immédiatement, transvasez son contenu dans une boîte hermétique : il tiendra ainsi 24 heures au réfrigérateur.

Pralin : et que ça croque !

À quoi il sert ?

Réalisé à partir d'une nougatine d'amandes (ou d'un mélange d'amandes et de noisettes) finement concassée, le pralin se présente sous forme de petites pépites. Elles donnent du croquant à des bases de desserts comme le Royal, ou décorent des gâteaux.

Astuces de pro

Ne confondez pas avec la pâte de pralin, ou praliné, qui parfume par exemple la crème du Paris-Brest. Cette dernière s'obtient en continuant à mixer ce pralin de façon à en faire une pâte, très parfumée.

Sucre : cristal, semoule, glace, casson, pétillant ?



À quoi il sert ?

Il sucre bien sûr, mais il joue aussi un rôle absolument crucial dans le moelleux, le gonflant, le croquant ou encore l'aspect doré des gâteaux. C'est pourquoi les recettes réalisées avec des édulcorants (aspartame, stévia…) restent pâlottes et souvent pas très croustillantes. Pour la même raison, méfiez-vous aussi du miel, du sirop d'agave et du sirop d'érable : leur teneur importante en eau modifie le ratio « ingrédients solides/ingrédients liquides ». En outre, ils ne cuisent et ne caramélisent pas de la même façon. Au rayon des sucres :



- *Le sucre cristallisé :* il s'utilise pour enrober les pâtes de fruits, préparer les caramels, la nougatine, génoises, confitures, fruits au sirop… Ses cristaux sont plus gros que ceux du sucre semoule, et sa dissolution est de ce fait plus lente.
- *Le sucre en poudre (ou sucre semoule) :* il est obtenu par tamisage du sucre cristallisé. Il sert à préparer les desserts et pâtisseries : pâtes sablées, à choux, à brioche, à gaufres et à crêpes, crèmes (anglaise, pâtissière, glacée), entremets (flans, charlottes, bavarois…)…
- *Le sucre glace :* il se présente sous forme de fine poudre blanche, obtenue par broyage du sucre cristallisé, auquel on ajoute environ 3 % d'amidon. Il s'utilise dans les préparations sans cuisson telles que la crème Chantilly ou les mousses, pour le décor des gâteaux et les glaçages.
- *Le sucre casson (ou perlé) :* obtenu après broyage et agglomération de sucre cristal, il est parsemé sur les chouquettes.

Et aussi, pour de nouvelles expériences :

- *Le sucre pétillant :* mélange de sucres et de gaz carbonique. Lorsqu'il entre en contact avec la salive, ou un liquide, il libère le gaz, créant un effet pétillant (et audible). Sensible à l'humidité, il doit être conservé dans un endroit sec. En revanche, il ne fond pas en présence de matières grasses, d'huile ou de chocolat : il peut ainsi être utilisé sur un glaçage au chocolat, dans des sucettes, des caramels, un glaçage au sucre…
- *Le sucre aromatisé :* on connaît tous le sucre vanillé, mais il existe aussi des sucres parfumés à la cannelle, à la framboise… Ils s'utilisent comme le sucre semoule, pour aromatiser des pâtes à gâteaux ou des crèmes.
- *Le sucre coloré :* teinté avec des colorants artificiels (E 104, E 110…), il se saupoudre sur des macarons, des biscuits…
- *Le sucre neige :* composé de saccharose, de matières grasses et d'amidon, il a l'avantage de ne pas fondre à la surface des pâtisseries.

Astuces de pro

Si vous souhaitez alléger la teneur en sucre de votre recette, vous pouvez diminuer pratiquement de moitié la quantité de sucre indiquée dans certaines préparations : un gâteau au yaourt ou une crème, par exemple. Mais pour une bonne tenue, un joli bombé, du gonflant ou du croquant, pas de miracle, il faut du sucre et en quantité adéquate. Surtout pour les biscuits comme les macarons ou les madeleines.

Vanille : gousse ou extrait ?

À quoi elle sert ?

À aromatiser les crèmes, les ganaches… Il existe différentes variétés de vanilles : la *Vanilla planifolia* (vanille Bourbon), cultivée dans les îles de l'Océan Indien au large de l'Afrique, la *Vanilla Tahinensis* (de Tahiti), et la *Vanilla pompona* (Mexique). Les amateurs penchent pour la vanille de Tahiti et la vanille Bourbon… mais chaque palais est différent.

Pour la pâtisserie, vous trouverez différentes formes :

- ✓ *Les gousses entières.* On les fend en deux dans le sens de la longueur puis on racle les grains à l'aide de la lame d'un couteau. Si elles infusent dans un liquide, grattez les grains après. Vous pourrez ensuite rincer les gousses et les laisser sécher sur un papier absorbant pour les réutiliser (bocal de sucre, brochette…). En général, un quart ou une moitié de gousse suffit à parfumer une préparation.
- ✓ *En poudre.* Obtenue après pulvérisation des gousses de vanille entières, elle est facile à utiliser, à raison d'une grosse pointe de couteau dans une recette pour 4 personnes.

- ✓ *En extrait liquide.* Il s'agit de gousse entière trempée et mixée avec un support (sirop de sucre, alcool…). Pratique pour aromatiser les entremets ou les fromages blancs… Un quart de cuillère à café parfume une recette pour 4 personnes. Dans tous les cas, ne confondez pas avec l'« arôme », de synthèse, qui n'a plus grand-chose à voir avec notre belle gousse de vanille de Tahiti ou de la Réunion…

Astuces de pro

- ✓ Une gousse de qualité est charnue, souple. Si, coupée en deux dans la largeur, elle laisse perler un suc épais, brun et aromatique, vous avez affaire à une excellente vanille ! Certaines sont sélectionnées pour être longuement maturées et affinées en malles de bois, de façon à les faire « givrer », c'est-à-dire recouverte de cristaux de vanilline : le must de la vanille, délicate et intense.
- ✓ Si elle sèche, c'est la catastrophe. Aussi, conservez vos précieuses gousses dans des tubes en verre munis d'un bouchon en plastique, bien hermétique. Pour vérifier que votre gousse est bonne pour le service, faites un nœud avec ! Si elle casse ou refuse de se plier, elle n'est plus de toute première fraîcheur.
- ✓ Vos gousses ont séché ? Faites-les tremper dans de l'eau tiède pour les réhydrater.

Nous espérons que cet extrait vous a plu !



Pâtisseries inratables
Carole Garnier
Préface de Jean-Luc Charles



Pour être tenu au courant de nos parutions, inscrivez-vous à la lettre des éditions Quotidien Malin et recevez des **bonus**, **invitations** et autres **surprises** !

Je m'inscris

Merci de votre confiance, à bientôt !

